

Sod-
brennen?

Infos auf
www.longlife.at

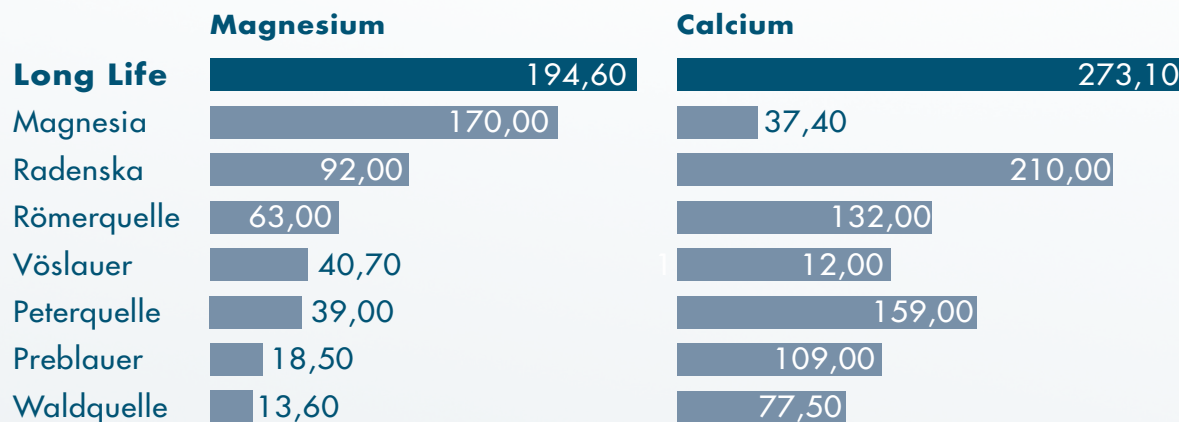
Heilwasseranalyse der Radkersburger Mineralwasserquelle

Pro Liter Quellwasser wurden gefunden:

	mg		mg
Calcium	273,10	Hydrogencarbonat	2.023,00
Magnesium	194,60	Chlorid	51,30
Natrium	124,90	Sulfat	< 1,00
Kalium	8,80	Nitrat	< 1,00
Mangan	< 0,02	Eisen	< 0,02
m-Kieselsäure	48,80		

Natürliche Mineralstoffe im Mineralwasser spielen für Ihr Wohlbefinden eine große Rolle!

Calcium ist wichtig für Knochen, Haut, Haare, Zähne und Nägel, Magnesium wirkt leistungssteigernd in allen Lebensbereichen und Hydrogencarbonat reguliert das Säure-Basen-Gleichgewicht im Körper.



Hier geht's zum unabhängigen Vergleichstest!

Angaben von jeweiligen Herstellern übernommen.

long
life

Meine Magnesium-Quelle.



Unsere Long Life Flaschen bestehen aus mindestens 20% recyceltem Kunststoff. Im Sinne der Nachhaltigkeit sparen wir mit unseren neuen Flaschen 77 Tonnen Kunststoff pro Jahr ein!

Wetten, dass mein Mineralwasser mehr natürliches Magnesium und Calcium enthält als Ihres?

longlife.at

Hier geht's zum unabhängigen Vergleichstest!



Natürliches Magnesium für Ihren Körper

Mit seinem einzigartigen Magnesiumgehalt ist Long Life eine wahre Kraftquelle, denn in Long Life sind natürliches Magnesium und Calcium in hoher Konzentration und idealem Verhältnis enthalten. Long Life ist die natürlichste Magnesiumquelle und kann den täglichen Magnesiumbedarf ideal decken

(Magnesiumforum Bad Radkersburg Prim. Dr. Zirm).

Magnesium

Wirkt Stress entgegen und steigert die Leistungsfähigkeit in Beruf, Schule und Sport. Magnesium und Calcium verbessern die **Kommunikation zwischen den Nervenzellen** und sorgen somit für eine **bessere Konzentrationsfähigkeit**. Magnesium ist an der Aktivierung vieler Enzyme und nahezu an allen Reaktionen des Stoffwechsels beteiligt.

Magnesium hilft beim Aufbauen und Reparieren Ihres Gewebes, auch in der **Schwangerschaft**. Es unterstützt die **Bildung** von starken **Knochen und Zähnen**, reguliert Insulin und Blutzucker und hilft bestimmten Enzymen, richtig zu arbeiten. **Ausreichend Magnesium** hilft Ihnen auch, Sie von **lästigen Beinkrämpfen** zu verschonen.

Calcium

Gemeinsam mit Magnesium sorgt Calcium für einen geregelten Ablauf der Herz-, Stoffwechsel- und Muskelfunktionen. Der tägliche Calciumbedarf eines Erwachsenen liegt bei etwa **1000 mg**. Calcium hilft beim **Aufbau von Knochen und Zähnen**, ist ein wichtiger Faktor für die **Blutgerinnung**, unterstützt die Weiterleitung der Nervenimpulse auf die **Muskelzellen**, wirkt Muskelreizbarkeit und Muskelkontraktion entgegen und ist beteiligt bei der **Regulation des Herzrhythmus**, gemeinsam mit Magnesium und Kalium. Vor allem **Babys** im Mutterleib brauchen besonders viel **Calcium** für die **Entwicklung**.

Hydrogencarbonat

Hydrogencarbonat – ein körpereigener Stoff – ist ein wichtiger Säurepuffer, der viel zum Wohlbefinden beiträgt. Hydrogencarbonat erfüllt im menschlichen Organismus die wichtige Aufgabe der Regulation der Säuren-Basen-Balance und zeichnet sich durch eine **säure-neutralisierende Wirkung** aus. Long Life kann auch Beschwerden wie **Sodbrennen lindern**. Ab einem Hydrogencarbonat-Gehalt von etwa 1300 mg/l kann Heilwasser Störungen des **Säure-Basen-Haushalts ausgleichen** oder mildern (Quelle: Gesundheitsbroschüre der Deutschen Heilwässer). **Long Life Mineralwasser** weist beinahe den **doppelten Gehalt** auf.



long
life

Meine Magnesium-Quelle.

1. In einem Liter **Long Life** sind **195mg Magnesium** und **273mg Calcium** in optimaler Konzentration und idealem Verhältnis enthalten.
2. Die beiden Elemente stören sich daher gegenseitig bei der Aufnahme nicht, da sie **bereits in gelöster ionisierter Form** vorliegen.
3. Im Gegensatz zur Nahrung ist im **Long Life kein Phosphat** enthalten. Phosphat behindert die Aufnahme von Nahrungscalcium und Nahrungsmagnesium durch Bildung unlöslicher Komplexe. Mit **Long Life** wird somit die Magnesiumaufnahme gefördert.
4. **Calcium und Magnesium** müssen nicht erst in Magen und Darm aus einer festen Form (Tablette) herausgelöst werden, sondern sind bereits **im Mineralwasser gelöst**. Das verbessert die Aufnahme rate und Aufnahmegeschwindigkeit entscheidend.
5. Der ausgewogene Gehalt an **Kohlensäure** in Long Life **steigert** zusätzlich die **Aufnahme von Magnesium und Calcium**. Wichtig: Kohlensäure ist bereits vorhanden und muss nicht, wie bei Brausetabletten, erst chemisch erzeugt werden.
6. **Nahrungsmittel mit hohem Magnesiumgehalt und wenig Kalorien sind eine Seltenheit**. Daher ist **Long Life mit 195mg Magnesium** pro Liter besonders bei Gefahr des Elektrolytverlustes, zum Beispiel bei Schwangeren und Diabetikern, als natürlicher, kalorienfreier **Elektrolytlieferant** ausgezeichnet geeignet.
7. **Natrium in Verbindung mit Hydrogencarbonat** ist für den Körper **günstig**, da beim Zusammentreffen dieser beiden Mineralien **Natriumbikarbonat entsteht**. Hydrogencarbonat und Natriumbikarbonat wirken sich **positiv** auf das **Puffersystem** des Körpers aus und sorgen für einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt. Nur wenn Natrium ohne oder mit wenig Hydrogencarbonat vorhanden ist, wirkt sich dies blutdruck-erhöhend aus.

Magnesiumforum Bad Radkersburg Prim. Dr. Zirm



Long Life ist österreichweit bei Bipa, Merkur, Spar, Eurospar, Interspar, Unimarkt und im gut sortierten Lebensmittelhandel erhältlich.